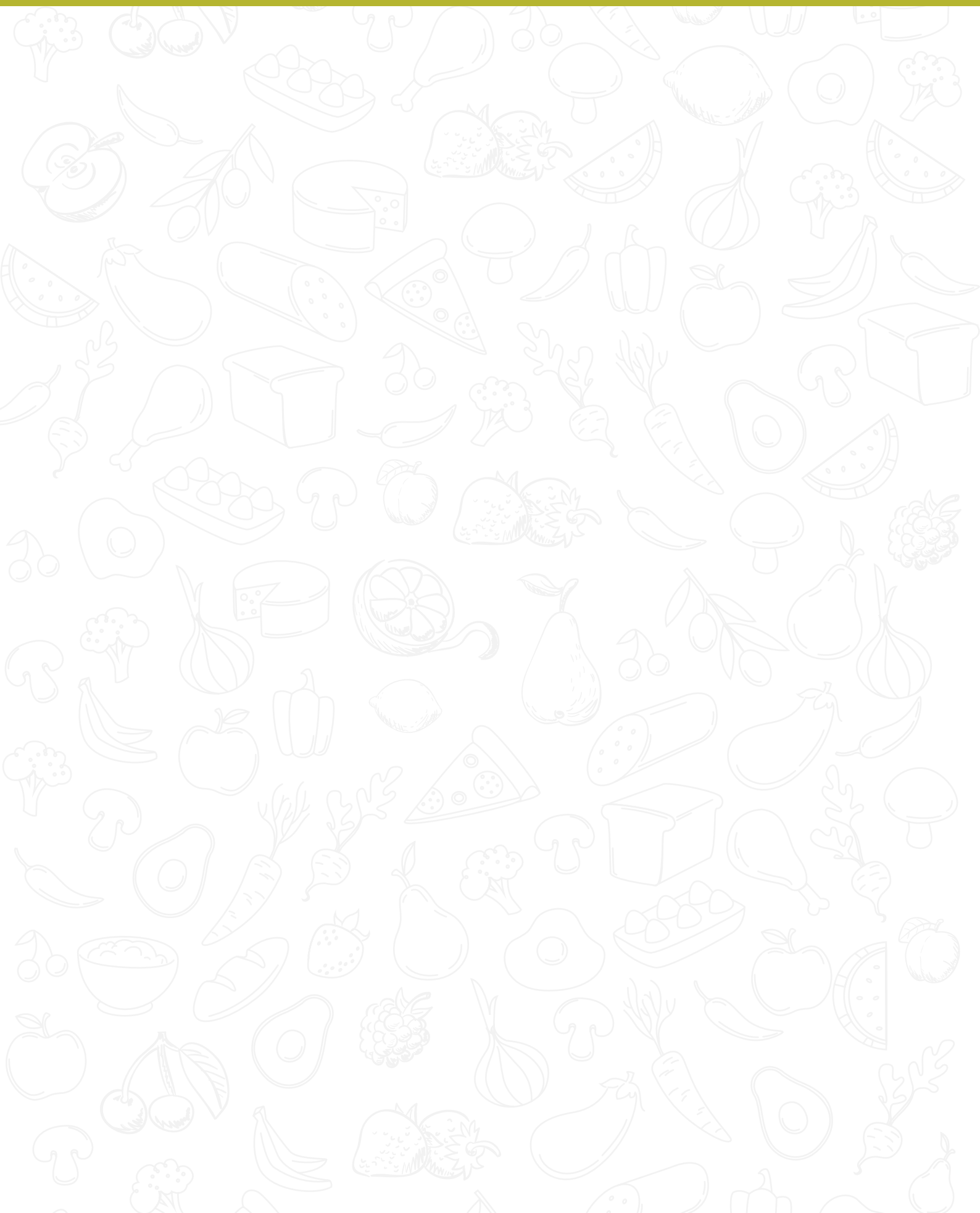


OKUL BESLENMESİNE DESTEK PROJE RAPORU

2024





İçindekiler

Temel İhtiyaç Derneği	4
Proje Künyesi	5
Kısaltmalar, Tablolar ve Fotoğraf Listesi	6
Yönetici Özeti	7
OKUL BESLENMESİ	
Beslenmenin Önemi	8
İhtiyacın Tanımlanması	10
Okul Listesi	11
Proje Uygulama Süreci	12
Beslenme ve Gönüllülük	15
SONUÇ	
Beslenme Alışkanlıkları, Tutum ve Davranışlar	16
Okul Devamlılığı ve Aidiyet Hissi	17
Bakım Veren Yüklünün Hafiflemesi	18
EKLER	20
KAYNAKÇA	27

Temel İhtiyaç Derneği

Bir taraftan israfı önleyerek, gezegenin önemli sorunlarından birine çözüm olmaya çalışırken; diğer taraftan insanların temel ihtiyaçlarına adil ve eşit şekilde ulaşabilmesi için çalışmalar yürüten ve kâr amacı gütmeyen bir sivil toplum kuruluşudur.

Merkez

Bade Sokak No:9 Etiler, Beşiktaş – İstanbul

Operasyon Merkezi

Zümrütevler Mahallesi Koç Sokak No:14 Maltepe, İstanbul



temelihtiyacdernegi



tidersosyal



tidersosyal



tidersosyal



Temel İhtiyaç Derneği - TİDER



temelihtiyacdernegi

Bu belgenin içeriğinden Temel İhtiyaç Derneği sorumludur ve içerik hiçbir şekilde T.C. Adıyaman İl Milli Eğitim Müdürlüğü, Adıyaman Öğretmen Evi veya diğer tüzel kurumun görüş veya tutumunu yansıtmaz. Tüm hakları saklıdır. Bu raporun hiçbir bölümü Temel İhtiyaç. Derneği'nin izni olmadan hiçbir elektronik ya da mekanik formatta ve araçla (fotokopi , kayıt, depolama vb.) çoğaltılamaz.

Proje Künyesi

Proje Yürütücüsü	Temel İhtiyaç Derneği
Proje Paydaşları	Adıyaman Öğretmenevi
Proje Yöneticisi	Melike ÇORLAK
Proje Saha Sorumlusu	Eren Can CİHAN
Destek Verenler	Adıyaman İl Milli Eğitim Müdürlüğü Dow Türkiye Kerry GFN Dyt. Burak Ukbe KORKMAZ Özlem BOĞAHAN Gamze YOLER ve Zumba Ekibi Mehmet Kerim PAYDAŞ
Raportörler	Melike ÇORLAK Eren Can CİHAN İsmail DEMİRCİ
Rapor Grafik Tasarım	Ülkü ÖZÇELİK
Redaksiyon	İsmail DEMİRCİ

Kısaltmalar, Fotoğraflar, Grafik ve Tablolar Listesi

TİDER: Temel İhtiyaç Derneği

TÜİK: Türkiye İstatistik Kurumu

GFN: Global Foodbank Networking

MEB: Milli Eğitim Bakanlığı

Kerry: Kerry Gıda

Fotoğraf 1 – Beslenme Menü Örneği

Fotoğraf 2 – Adıyaman Öğretmen evi mutfak ziyareti

Fotoğraf 3 – Beslenme Saati

Fotoğraf 4 – Kerry Ekibi ile Gönüllülük Çalışması 1

Fotoğraf 5 – Kerry Ekibi ile Gönüllülük Çalışması 2

Fotoğraf 6 – Beslenme Saati

Fotoğraf 7 – Beslenme Saati

Fotoğraf 8 – Beslenme Saati

Fotoğraf 9 – Beslenme Saati

Grafik 1 – Finansal Destekçilerin Projeye Katkı Oranları

Tablo 1- Faydalanıcı Okul Listesi

Tablo 2 – Aralık Ayı Yemek Listesi

Tablo 3 – Ocak Ayı Yemek Listesi

Tablo 4 – Şubat Ayı Yemek Listesi

Tablo 5 – Mart Ayı Yemek Listesi

Tablo 6 – Nisan Ayı Yemek Listesi

Tablo 7 – Mayıs Ayı Yemek Listesi

Tablo 8 – Haziran Ayı Yemek Listesi

Yönetici Özeti

Okul Beslenmesine Destek Projesi, 6 Şubat Kahramanmaraş depreminden etkilenmiş bölgelerdeki okul çağı çocuklarının besleyici gıdaya erişmesini hedefler.

Okul Beslenmesine Destek Projesi kapsamında: Adıyaman Öğretmenevi Lojistik ekibi, profesyonel mutfak ekipleri ve aşçılar, diyetisyenler, öğretmenler, TİDER ekibi ve gönüllü kadrosu süreç içerisinde emek vermiştir. Hazırlanan menülerin içerikleri; kalori ve besin değerleri ile bölgesel lezzetler dikkate alınarak hazırlanmıştır.

Hazırlanan menülerle; **çocuk açlığının** önlenmesi, karşılanması gereken 1 öğünlük **besin değeri ihtiyacının** karşılanması, yoksulluğa bağlı geliştirilecek **okul terki refleksi**nin önüne geçmesi hedeflenmektedir.

6 Şubat'ı takip eden gecelerde hasar görmemiş kamu binaları, depremzedelerin barınma alanı olarak kullanıldı. Depremzedelerin konteyner kentlere ve barınma çadırlarına tamamiyle erişmelerinin ardından; ağır hasarlı olmayan okullar yeniden eğitim öğretime açıldı. Eğitim öğretimin başlaması okul çağındaki çocukların, psiko-sosyal gelişim sürecine olumlu etki ederken; aileler için farklı zorlukları da beraberinde getirdi. Deprem öncesinde, evine en yakın okulda eğitimine devam eden çocuklar; deprem sonrası birçok okulun ağır hasarlı veya yıkılmış olması sebebiyle birçok sorunu aynı anda yaşadı.

Eğitim gördükleri bina depremde olumsuz etkilenmiş çocuklar, evlerine daha uzak okullarda eğitim görmeye başladılar. Bu durum bazı bölgeler için bir ulaşım sorunu olmasa da merkeze uzak yerleşim yerlerindeki çocukların şartlarını olumsuz etkiledi. Özellikle, evlerinden daha uzakta olan okullara taşınmalı sistem ile devam edilmesi beslenme saatinde evlerine gidemedikleri için; çözüm olarak yiyecekleri evden getirmeleri gerekti.

Okul Beslenmesine Destek Projesi kapsamında; Adıyaman'da taşınmalı sistem ile birleştirilmiş sınıflarda eğitim gören ilkökul ve ortaokul öğrencilerinin sağlıklı ve besleyici gıdalar ile birlikte gelişim süreçlerinin desteklenmesi hedeflenmektedir.

13 Aralık 2023 itibari ile hayata geçirilen proje, 14 Haziran 2024 tarihinde 2023-2024 Eğitim ve Öğretim Yılı'nın bitmesiyle birlikte sonlanmıştır. **119** kadar günde, **13** farklı okulda, taşınmalı eğitim ile ulaşım sağlayan ve birleştirilmiş sınıflarda eğitim gören **468** çocuğa; her eğitim gününde **3 kap sıcak yemek** ulaştırılmıştır.

OKUL BESLENMESİ



Fotoğraf 1 - Beslenme Menü Örneği

Beslenmenin Önemi

Beslenme, Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisinin 1. basamağında yer alan en temel ihtiyacımızdır. Sağlığın temelini de yeterli ve dengeli beslenme oluşturmaktadır.

Sağlıklı, yeterli ve dengeli beslenme her yaş döneminde kritik olduğu gibi özellikle okul çağındaki çocuklar için bedensel, zihinsel, duygusal ve sosyal gelişimi olumlu yönde etkileyen en önemli faktörlerdendir. Beslenmeye ilişkin alışkanlıklar, çocukluk döneminde kazanılması ve yetişkinlik dönemindeki beslenme düzenini etkilemesi açısından önemlidir. Ebeveynlerin yönlendirmeleri, çocuklara sundukları besin çeşitleri uzun vadede çocuğun beslenme tercihlerini ve alışkanlıklarını etkilemektedir. (AKÇAY (2023,iİV) Bu alışkanlıklar, Türkiye'nin, 2024 ekonomik konjonktüründe yaşanan gelir dağılımındaki adaletsizlik nedeniyle ülkenin her noktasındaki çocuğa adil bir şekilde kazandırılmamaktadır.

SON 2 YILDA GIDA FİYATLARINDAKİ ARTIŞ %158.71

Yetersiz ve dengesiz beslenmeden en çok etkilenen grupların başında bebekler ve çocuklar gelmektedir. (ÖZTORA S (2021.6-9) Özellikle çocukların fiziksel, zihinsel ve bilişsel gelişimlerini destekleyecek gıdalardan yoksun kalmaları akranlarından geride kalmalarına sebep olacaktır. Çocuğun sağlıklı bir birey olarak büyüme ve gelişimini tamamlayabilmesinin ön koşulu öğün atlamadan tüm besin gruplarından yeterli ve dengeli miktarda faydalanabilmesidir. (TAMER İ., EROL R. (2021. 27-30))

Okul çağı beslenmesinin okul devamlılığında da önemli bir rol oynadığı gözlemlenmiştir. MEB'in sağlamış olduğu okul beslenmesine destek projesi sayesinde beslenme desteğinden faydalanan çocukların okula devam etme motivasyonunda artış olduğu da bilinmektedir.



İhtiyacın Tanımlanması

6 Şubat sonrası, bölgede sadece konutlar ve yaşam alanları değil; tarım arazileri dahi zarar görmüştür. Bölgede yaşanan kırılmalar tarım arazileri ile birlikte tüketilebilir su kanallarına da zarar vermiştir. Zarar gören alanların tahribatı giderilene kadar, mevcut ihtiyaçlar kamu ve sivil toplum destekleri ile karşılanmıştır. İçme suyuna erişimde güçlük yaşanması, hijyen koşullarını güçleştirdiği gibi tüketilecek besinlerin sterilize edilerek tüketilmesini de etkilemiştir. Zarar görmüş ve oturma izni bulunmayan binaların yıkımına devam edilirken, bu yıkımlar bölgedeki asbest miktarını da artırmıştır. Bu durum, tüketilebilir olan besinlerin de mevcut durumdan zarar görmesine sebep olmuştur.

Deprem yarattığı olumsuz koşullar, tüm çözümü de çözüm olmaktan çıkarıp güç bir durum bir haline getirdi. Çünkü, fiziksel şartlardan yana yaşanan zorlukların yanı sıra, geçici konaklama alanları olan çadır, konteyner kent bölgelerinde kullanışlı mutfak alanlarının olmaması da bakım verenlerin işini güçleştirdi. Okula giden çocuğa her gün beslenme çantası hazırlamak hem fiziksel alanın uygun şartlar sunmaması hem de besin çeşitliliğinin kısıtlı olması sebebiyle büyük bir zorluk yarattı. Çeşitli destekler ile birlikte gelen gıda ürünlerinin ve erzak kolilerinin içerdiği ürünler; okul beslenmesinin hazırlanması için uygun içerikler değildi.

TİDER, yaşanan afet sonucunda sahanın bu ihtiyacını ele aldığı anda; “özellikle en kırılgan grup olarak gördüğü okul çağı çocuklarının beslenmesinin desteklenmesi gerektiği ihtiyacını tespit etmiştir.” Taşınabilir eğitim ile eğitim gören çocukların besleyici gıdaya erişim problemini, projenin doğuşundaki temel unsur olarak tanımlamaktadır.

Faydalanıcı Okulların Listesi

OKUL ADI	İLKOKUL ÖĞRENCİ SAYISI	ORTA OKUL ÖĞRENCİ SAYISI
AĞCIN İLKOKULU	36	
AĞIKAN İLKOKULU	12	
ATAKENT İLKOKULU	17	21
AYŞE AYDIN İLKOKULU	42	
BAĞDERE İLKOKUL	16	
DAĞYALANKOZ İLKOKULU	27	
GÖM İLKOKULU	26	
HASANCİK İLKOKULU	21	
KAŞKÖY	17	7
KIZILCAPINAR İLKOKULU	20	0
KOÇALI	9	15
KUYUCAK BUCAĞI İLKOKULU	8	4
MERYEMUŞAĞI İLKOKULU	30	
ŞEREFLİ İKOKULU	17	20
TEPECİK İLKOKULU	17	
TOPTPE İLKOKULU	20	
ULUDAM	16	
VARTANA İLKOKULU	41	
YENİGÜVEN İLKOKULU	9	
	401	67
		ÇOCUK SAYISI: 468

Tablo 1*

***Deprem sonrası okulların mevcutlarındaki oransal artışa bakıldığında okulların mevcudunun %3 ile %200 arasında değiştiği görülmektedir.
(Dayanışma İnsanları, (2024))**

Okul Beslenmesine Destek Proje Süreci

Adıyaman Öğretmenevi ve Akşam Sanat Okulu, Milli Eğitim Bakanlığının yürütmüş olduğu okul öncesi çocuklarının beslenmesine destek projesi kapsamında Adıyaman'da her gün **14.000** kap yemek üretiyor.



Fotoğraf 2: Adıyaman Öğretmen evi mutfak ziyareti

Merkeze uzak yerleşim yerlerindeki okullarda, okul öncesi eğitimin ve ilköğretimin bir arada olması; beslenme desteğinin tüm çocuklar için erişilebilir olmamasına da dikkat çekiyor. TİDER yürütücülüğünde gerçekleşen Okul Beslenmesine Destek Projesi de birleştirilmiş sınıflarda eğitim gören tüm çocukların aynı hizmete erişmesi için tamamlayıcı rolü oynamaktadır.



Fotoğraf 3 - Beslenme Saati

Okul Beslenmesine Destek Proje Süreci



13 Okul



53.372 Adet
Sıcak Yemek

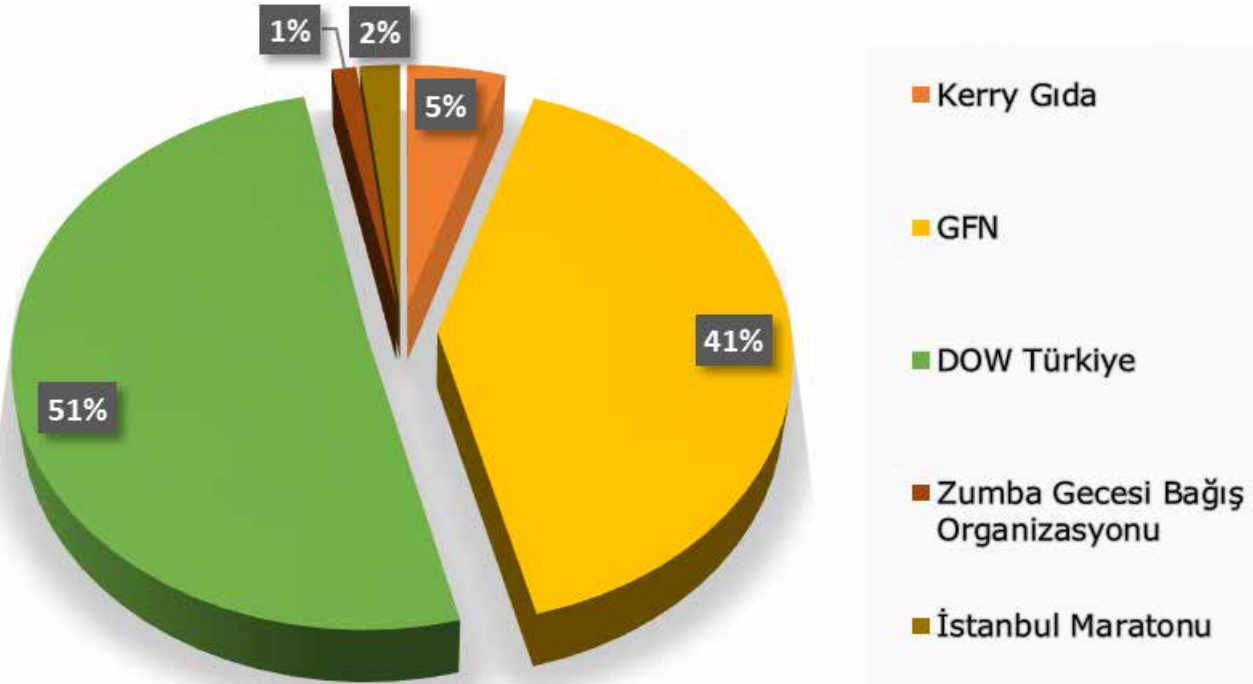


*119 Gün
119 Öğün



468 Çocuk

Finansal Destekçilerimiz



Grafik 1- Finansal Destekçilerimizin Projeye Katkı Oranları

Her gün 3 kap sıcak yemeğin, 13 okulda, birleştirilmiş sınıflarda eğitim gören 468 çocuğa düzenli bir şekilde ulaştırılması; öğretmen evinin saha koordinasyonundaki desteği ile sağlanmıştır. Okul Beslenmesine Destek Projesi; Dow Kimya, Kerry Gıda, Global Food Bank Networking, Özlem Boğahan önderliğinde, bağış odaklı gerçekleştirilen Zumba gecesinde sağladıkları kaynaklar ile desteklenmiştir.

***Öğün ve menü içerikleri için EK'lere bakınız.**

Beslenme ve Gönüllülük

Proje destekçilerimizden Kerry Gıda 468 çocuğun 1 haftalık beslenme ihtiyacını karşılayarak sürece destek oldu. Aynı zamanda beslenme saatinde çocuklara eşlik ederek dayanışma ve gönüllülük faaliyetlerini doğrudan gözlemlemek için alan açtılar.



Fotoğraf 4- Kerry Gıda Ekibi ile beslenme saatinde gönüllülük çalışması 1

SONUÇ



Fotoğraf 5 - Kerry Gıda Ekibi ile beslenme saatinde gönüllülük çalışması 2

hem birbirlerini desteklemelerine hem de öğretmenlerinin süreçlerini kolaylaştırmalarını da beraberinde getirdi. Hem kendilerinden görece daha küçük çocuklara yardım etmeleri hem de yemeklerini sırayla almaları birlikte koordineli bir şekilde çalışma alışkanlıklarını kazanmalarını destekledi. Böylelikle **birlikte hareket etme, birbirini gözetme** değerlerini kazanan çocuklar sayesinde; **akran zorbalığı** gibi olumsuz davranış durumları da ortaya çıkmıyor.

Tabaklarındaki yemekleri bitirmeleri konusunda birbirlerini uyarmaları ve **bir aradalık hali** çocukların **yemek seçme alışkanlığını** da törpüledi.

Hep beraber aynı masada olmak ve herkesin aynı yemeği yiyor olması daha önce kabak, domates vb. gibi gıdaları yemeyen çocukların, arkadaşlarını örnek alarak daha önceden seçtikleri gıdaları da tükettikleri öğretmenler tarafından dile getirilmiştir.



Fotoğraf 6 - Beslenme Saati

Beslenme Alışkanlıkları, Tutum Ve Davranışlar

Beslenme desteğinin düzenli hale gelmesi ile beraber, çocuklar her gün aynı saatte hep birlikte yemek yiyecekleri bilincini kavradılar. Birleştirilmiş sınıflarda eğitim alıyor olmaları sınıftaki büyük çocukların, küçük sınıfları desteklemesini beraberinde getirdi. Sıralara örtüleri serme, peçeteleeri koyma ve küçük sınıftaki çocuklara öncelik tanıma gibi davranışları kendiliğinden geliştirdiler. Bu durum



Fotoğraf 7 - Beslenme Saati

Okul Devamlılığı Ve Aidiyet Hissi

Beslenme desteğinden önce her çocuğun farklı içerik ve miktarda yemek getirmesi aileler arasındaki ekonomik dağılımın ne denli farklı olduğunu da ortaya koyuyordu. (mevcut okullardaki ekonomik konjonktür makası çok da açık değildir.* Bu da her gün okula benzer içerikle beslenme getiren çocuklarda daha dengeli ve besleyici beslenen çocuğun farkının görünür kılınmasına sebep oluyordu. Fakat okul beslenmesinin düzenli bir hale gelmesiyle birlikte bu görünürlük yerini daha **eşit bir düzleme** bıraktı.

Çocuklar bu durumu şu şekilde ifade etti:

"Bazı arkadaşlarımızın beslenmeleri olmuyordu ya da az yemek getiriyorlardı ama siz geldikten sonra beslenme yapmayan arkadaşımız kalmadı. İyi ki geldiniz."

Çocukların, arkadaşları ile daha eşit bir denklemin içinde yer almaları; okula daha hevesli geldiklerini gözlemlememize zemin hazırlamıştır.



Fotoğraf 8 - Beslenme Saati

Bakım Verenin Yükünün Hafiflemesi

Yaşadığı bölgenin şu anki gerçekliğinde çocuğun okul beslenmesini kantinden sağlaması mümkün değildir. Çünkü, mevcut okullar, şehir merkezlerindeki gibi kantinin bulunduğu okullar olmadığı için; çocuğun **beslenmesini evinden getirmesi dışında başka bir alternatif bulunmamaktadır**. Bu durum ailenin her gün beslenme çantası hazırlama kaygısını doğurmaktadır. Beslenme desteğinin düzenli hale gelmesiyle birlikte aileler hem maddi hem de manevi olarak hafiflediklerini dile getirmişlerdir. Özellikle merkezden uzakta yaşayan aileler, deprem sonrası yaşadıkları iş kaybını tarlada çalışarak gidermeye ve ekonomik gelirlerini devam ettirmeye çalışıyorlar.

“Günlerimizin çoğunu tarlada çalışarak geçirdiğimiz için çocuklarımıza beslenme için yemek hazırlayamıyorduk. Sizin çocuklarımıza beslenme desteği sağlamanız bize büyük bir destek oldu.”



Fotoğraf 9 - Beslenme Saati



Okula yakın evlerde yaşayan çocuklar için beslenme çantası hazırlamak yerine **eve gitmek de başka bir seçenektir**. Fakat, bu seçenek için de evde çalışan kişiler haricinde yemeği hazırlayacak, çocuğu karşılayacak birisinin olması gerekiyor. Çoğu örnekte evdeki nene ya da dedeyle bu ihtiyaç giderilebilecek iken, bazı hanelerde bu imkana sahip olunmuyor. Ya da, evde okula giden daha büyük bir çocuğun olması bu **sorumluluğun büyük çocuğa atfedilmesine** neden olabiliyor. Eve gidip gelirken kaybedilen zamanın, beslenme desteği ile ortadan kalkmasıyla birlikte; çocukların arkadaşları ile daha fazla oyun oynamasına ve birlikte vakit geçirmelerine zemin hazırlanıyor. Okul beslenmesinin düzenli hale gelmesi ile beraber çocuğun, **okulun güvenli sınırları içerisinde kalması ailenin endişelerini de azaltıyor**.

“Öğrencilerimizin bazıları, öğle aralarında yemek yemek için evlerine gitmek zorunda kalıyordu. Sizin yapmış olduğunuz beslenme desteği öğrencilerimizin yüksek hava sıcaklığı, olumsuz hava şartları ve yolda karşılaşılabilecekleri kazalardan korunmasını sağladı.”

YEMEK MENÜLERİ

ADİYAMAN ÖĞRETMENEVİ VE ASO MÜDÜRLÜĞÜ 2023 YILI ARALIK AYI İLKÖĞRETİM VE ORTAÖĞRETİM TAŞIMALI YEMEK LİSTESİ					
TARİH	GÜN	1. YEMEK	2. YEMEK	3.YEMEK	
1.12.2023	CUMA	SEBZELİ TAVUK	ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
4.12.2023	PAZARTESİ	ETLİ KURU FASÜLYE	ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	TATLI	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
5.12.2023	SALI	ETLİ MEYANE PILAVI	MERCİMEK ÇORBASI	MEYVE	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
6.12.2023	ÇARŞAMBA	ETLİ BEZELYE	ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	TATLI	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
7.12.2023	PERŞEMBE	ETSİZ ÇIĞKÖFTE	MERCİMEK ÇORBASI	TURP	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
8.12.2023	CUMA	SEBZELİ TAVUK	BULGUR PILAVI	YOĞURT	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
11.12.2023	PAZARTESİ	ETLİ KURU FASÜLYE	ŞEHRİYELİ BULGUR PILAVI	TATLI	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
12.12.2023	SALI	KAVURMALI MAKARNA	EZOĞELİN ÇORBA	YOĞURT	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
13.12.2023	ÇARŞAMBA	ETLİ BEZELYE	ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	MEYVE	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
14.12.2023	PERŞEMBE	ETSİZ ÇIĞKÖFTE	MERCİMEK ÇORBASI	TURP	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
15.12.2023	CUMA	SEBZELİ TAVUK	ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
18.12.2023	PAZARTESİ	ETLİ NOHUT SULUSU	ŞEHRİYELİ BULGUR PILAVI	TATLI	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
19.12.2023	SALI	KIYMALI MANTI	MERCİMEK ÇORBASI	MEYVE	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
20.12.2023	ÇARŞAMBA	SEBZELİ TAVUK	ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
21.12.2023	PERŞEMBE	ETLİ MEYANE PILAVI	MERCİMEK ÇORBASI	MEYVE	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
22.12.2023	CUMA	ETLİ BEZELYE	ŞEHRİYELİ BULGUR PILAVI	TATLI	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
25.12.2023	PAZARTESİ	ETLİ KURU FASÜLYE	ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	TATLI	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
26.12.2023	SALI	SOSLU MAKARNA	MERCİMEK ÇORBASI	MEYVE	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
27.12.2023	ÇARŞAMBA	ETSİZ ÇIĞKÖFTE	YOĞURT ÇORBASI	TURP	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
28.12.2023	PERŞEMBE	SEBZELİ TAVUK	ŞEHRİYELİ BULGUR PILAVI	YOĞURT	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
29.12.2023	CUMA	ETLİ MEYANE PILAVI	MERCİMEK ÇORBASI	MEYVE	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU

Tablo 2*

ADİYAMAN ÖĞRETMENEVİ VE ASO MÜDÜRLÜĞÜ 2024 YILI OCAK AYI İLKÖĞRETİM VE ORTAÖĞRETİM TAŞIMALI YEMEK LİSTESİ					
TARİH	GÜN	1. YEMEK	2. YEMEK	3.YEMEK	
2.01.2024	SALI	ETLİ KURU FASÜLYE	ŞEYRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	TATLI	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
3.01.2024	ÇARŞAMBA	ETLİ MEYANE PILAVI	MERCİMEK ÇORBASI	MEYVE	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
4.01.2024	PERŞEMBE	SEBZELİ TAVUK	ŞEHRİYELİ BULGUR PILAVI	YOĞURT	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
5.01.2024	CUMA	ETSİZ ÇİĞKÖFTE	MERCİMEK ÇORBASI	SOSLU TURP	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
8.01.2024	PAZARTESİ	ETLİ KURU FASÜLYE	ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	TATLI	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
9.01.2024	SALI	SOSLU MAKARNA	MERCİMEK ÇORBASI	MEYVE	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
10.01.2024	ÇARŞAMBA	ETLİ PATATES SULUSU	ŞEHRİYELİ BULGUR PILAVI	MEYVE	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
11.01.2024	PERŞEMBE	MANTI	EZOĞELİN ÇORBA	TATLI	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
12.01.2024	CUMA	ETLİ KARIŞTIRMA PILAV	MERCİMEK ÇORBASI	SOSLU TURP	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
15.01.2024	PAZARTESİ	ETLİ KURU FASÜLYE	ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	TATLI	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
16.01.2024	SALI	ETSİZ ÇİĞKÖFTE	MERCİMEK ÇORBASI	SOSLU TURP	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
17.01.2024	ÇARŞAMBA	ETLİ SEBZELİ TÖRLÜ	ŞEHRİYELİ BULGUR PILAVI	YOĞURT	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
18.01.2024	PERŞEMBE	SOSLU MAKARNA	MERCİMEK ÇORBASI	MEYVE	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
19.01.2024	CUMA	KUMANYA (KEK MEYVE SUYU)			POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU

Tablo 3*

ADIYAMAN ÖĞRETMENEVİ VE ASO MÜDÜRLÜĞÜ 2024 YILI ŞUBAT AYI İLKÖĞRETİM VE ORTAÖĞRETİM TAŞIMALI YEMEK LİSTESİ					
TARİH	GÜN	1. YEMEK	2. YEMEK	3.YEMEK	
5.02.2024	PAZARTESİ	ETLİ KURU FASÜLYE	ŞEYRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	TATLI	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
6.02.2024	SALI	ETSİZ ÇİĞKÖFTE	MERCİMEK ÇORBASI	SOSLU TURP	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
7.02.2024	SALI	SEBZELİ TAVUK	ŞEHRİYELİ BULGUR PILAVI	YOĞURT	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
8.02.2024	PERŞEMBE	ETLİ MEYANE PILAVI	MERCİMEK ÇORBASI	MEYVE	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
9.02.2024	CUMA	MANTI	EZOGELİN ÇORBA	MEYVE	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
12.02.2024	PAZARTESİ	ZEYTİNYAĞLI KURUFAÜLYE	KAVURMALI PİRİNÇ PILAVI	TATLI	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
13.02.2024	SALI	YEŞİL FASÜLYE	ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	MEYVE	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
14.02.2024	ÇARŞAMBA	KIYMALI MAKARNA	MERCİMEK ÇORBASI	TATLI	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
15.02.2024	PERŞEMBE	TAVUK SÖTE	BULGUR PILAVI	YOĞURT	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
16.02.2024	CUMA	ETSİZ ÇİĞKÖFTE	MERCİMEK ÇORBASI	SOSLU TURP	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
19.02.2024	PAZARTESİ	ETLİ KURU FASÜLYE	ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	TATLI	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
20.02.2024	SALI	MANTI	MERCİMEK ÇORBASI	MEYVE	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
21.02.2024	ÇARŞAMBA	SEBZELİ TAVUK	BULGUR PILAVI	YOĞURT	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
22.02.2024	PERŞEMBE	ETLİ MEYANE PILAVI	MERCİMEK ÇORBASI	MEYVE	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
23.02.2024	CUMA	ETLİ PATATES SULUSU	ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	MEYVE	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
26.02.2024	PAZARTESİ	ETLİ NOHUT	ŞEHRİYELİ BULGUR PILAVI	TATLI	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
27.02.2024	SALI	ORMAN KEBABI	ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	MEYVE	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
28.02.2024	ÇARŞAMBA	YEŞİL FASÜLYE	ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	MEYVE	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
29.02.2024	PERŞEMBE	ETLİ MEYANE PILAVI	EZOGELİN ÇORBA	TATLI	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU

Tablo 4*

ADİYAMAN ÖĞRETMENEVİ VE ASO MÜDÜRLÜĞÜ 2024 YILI MART AYI İLKÖĞRETİM VE ORTAÖĞRETİM TAŞIMALI YEMEK LİSTESİ					
TARİH	GÜN	1. YEMEK	2. YEMEK	3.YEMEK	
1.03.2024	CUMA	KIYMALI MAKARNA	MERCİMEK ÇORBASI	MEYVE	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
4.12.2023	PAZARTESİ	ETLİ KURU FASÜLYE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	TATLI	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
5.12.2023	SALI	ETSİZ ÇİĞKÖFTE	MERCİMEK ÇORBASI	TURP	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
6.12.2023	ÇARŞAMBA	SEBZELİ TAVUK	ŞEHİRİYELİ BULGUR PILAVI	YOĞURT	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
7.12.2023	PERŞEMBE	KIYMALI MAKARNA	EZOĞELİN ÇORBA	MEYVE	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
8.12.2023	CUMA	MİSKET KÖFTE	BULGUR PILAVI	TATLI	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
11.12.2023	PAZARTESİ	ETLİ NOHUT SULUSU	ŞEHİRİYELİ BULGUR PILAVI	TATLI	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
12.12.2023	SALI	YEŞİL FASÜLYE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	MEYVE	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
13.12.2023	ÇARŞAMBA	ETLİ MEYANE PILAVI	MERCİMEK ÇORBASI	MEYVE	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
14.12.2023	PERŞEMBE	ETLİ BEZELYE	ŞEHİRİYELİ BULGUR PILAVI	TATLI	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
15.12.2023	CUMA	MANTI	MERCİMEK ÇORBASI	MEYVE	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
18.12.2023	PAZARTESİ	ETLİ KURU FASÜLYE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	TATLI	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
19.12.2023	SALI	ETLİ TURLU	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	MEYVE	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
20.12.2023	ÇARŞAMBA	TAVUK SOTE	ŞEHİRİYELİ BULGUR PILAVI	YOĞURT	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
21.12.2023	PERŞEMBE	KIYMALI MAKARNA	MERCİMEK ÇORBASI	MEYVE	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
22.12.2023	CUMA	SEBZELİ KEBAP	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	MEYVE	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
25.12.2023	PAZARTESİ	ETLİ NOHUT SULUSU	ŞEHİRİYELİ BULGUR PILAVI	TATLI	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
26.12.2023	SALI	ETLİ MEYANE PILAVI	MERCİMEK ÇORBASI	MEYVE	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
27.12.2023	ÇARŞAMBA	YEŞİL FASÜLYE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
28.12.2023	PERŞEMBE	MANTI	SALÇALI BULGUR PILAVI	MEYVE	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
29.12.2023	CUMA	ETSİZ ÇİĞKÖFTE	MERCİMEK ÇORBASI	SOSLU TURP	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU

Tablo 5*

ADİYAMAN ÖĞRETMENEVİ VE ASO MÜDÜRLÜĞÜ 2024 YILI NİSAN AYI İLKÖĞRETİM VE ORTAÖĞRETİM TAŞIMALI YEMEK LİSTESİ					
TARİH	GÜN	1. YEMEK	2. YEMEK	3.YEMEK	
2.04.2024	SALI	KIYMALI MAKARNA	MERCİMEK ÇORBASI	TATLI	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
3.04.2024	ÇARŞAMBA	ETLİ KURU FASÜLYE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	MEYVE	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
4.04.2024	PERŞEMBE	SEBZELİ TAVUK	ŞEHİRİYELİ BULGUR PİLAVI	YOĞURT	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
5.04.2024	CUMA	ETLİ EKŞİLİ KÖFTE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	MEYVE	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
15.04.2024	PAZARTESİ	ETLİ NOHUT SULUSU	ŞEHİRİYELİ BULGUR PİLAVI	TATLI	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
16.04.2024	SALI	TAS KEBABI	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	MEYVE	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
17.04.2024	ÇARŞAMBA	KIYMALI MAKARNA	MERCİMEK ÇORBASI	YOĞURT	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
18.04.2024	PERŞEMBE	YEŞİL FASÜLYE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	MEYVE	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
19.04.2024	CUMA	ETSİZ ÇİĞKÖFTE	YOĞURT ÇORBASI	SOSLU TURP	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
22.04.2024	PAZARTESİ	ETLİ KURU FASÜLYE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	TATLI	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
24.04.2024	ÇARŞAMBA	ETLİ MEYANE PİLAVI	MERCİMEK ÇORBASI	MEYVE	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
25.04.2024	PERŞEMBE	SEBZELİ TAVUK	ŞEHİRİYELİ BULGUR PİLAVI	YOĞURT	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
26.04.2024	CUMA	MANTI	SALÇALI BULGUR PİLAVI	MEYVE	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
29.04.2024	PAZARTESİ	ETLİ NOHUT SULUSU	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	TATLI	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
30.04.2024	SALI	ETLİ BEZELYE	ŞEHİRİYELİ PİRİNÇ PİLAVI	MEYVE	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU

Tablo 6*

ADIYAMAN ÖĞRETMENEVİ VE ASO MÜDÜRLÜĞÜ 2024 YILI MAYIS AYI İLKÖĞRETİM VE ORTAÖĞRETİM TAŞIMALI YEMEK LİSTESİ					
TARİH	GÜN	1. YEMEK	2. YEMEK	3.YEMEK	
2.05.2024	PERŞEMBE	KIYMALI MAKARNA	MERCİMEK ÇORBASI	TATLI	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
3.05.2024	CUMA	ETSİZ ÇİĞKÖFTE	YOĞURT ÇORBASI	MEYVE	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
6.05.2024	PAZARTESİ	ETLİ KURU FASÜLYE	GARNÜTÜRLÜ PİRİNÇ	TATLI	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
7.05.2024	SALI	ETLİ TÖRLÜ	ŞEHRİYELİ BULGUR PILAVI	MEYVE	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
8.05.2024	ÇARŞAMBA	TAS KEBABI	BEZELYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
9.05.2024	PERŞEMBE	ETLİ MEYANE PILAVI	MERCİMEK ÇORBASI	MEYVE	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
10.05.2024	CUMA	YOĞURLU MANTI	SALÇALI BULGUR PILAVI	TATLI	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
13.05.2024	PAZARTESİ	ETLİ NOHUT SULUSU	ŞEHRİYELİ BULGUR PILAVI	TATLI	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
14.05.2024	SALI	ETLİ TAZE FASÜLYE	BEZELYELİ PİRİNÇ PILAVI	MEYVE	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
15.05.2024	ÇARŞAMBA	SEBZELİ TAVUK	ŞEHRİYELİ BULGUR PILAVI	YOĞURT	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
16.05.2024	PERŞEMBE	ETLİ MEYANE PILAVI	MERCİMEK ÇORBASI	MEYVE	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
17.05.2024	CUMA	ETLİ BEZELYE	GARNÜTÜRLÜ PİRİNÇ	YOĞURT	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
20.05.2024	PAZARTESİ	ETLİ KURU FASÜLYE	BEZELYELİ PİRİNÇ PILAVI	TATLI	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
21.05.2024	SALI	ETLİ MEYANE PILAVI	MERCİMEK ÇORBASI	MEYVE	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
22.05.2024	ÇARŞAMBA	TAVUT SÖTE	BEZELYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
23.05.2024	PERŞEMBE	SEBZELİ KEBAP	ŞEHRİYELİ BULGUR PILAVI	MEYVE	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
24.05.2024	CUMA	ETLİ TAZE FASÜLYE	BEZELYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
27.05.2024	PAZARTESİ	ETLİ NOHUT SULUSU	ŞEHRİYELİ BULGUR PILAVI	TATLI	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
28.05.2024	SALI	ETLİ TÖRLÜ	BEZELYELİ PİRİNÇ PILAVI	MEYVE	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
29.05.2024	ÇARŞAMBA	ETLİ MEYANE PILAVI	MERCİMEK ÇORBASI	YOĞURT	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
30.05.2024	PERŞEMBE	ETLİ BEZELYE	BEZELYELİ PİRİNÇ PILAVI	MEYVE	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
31.05.2024	CUMA	SEBZELİ TAVUK	ŞEHRİYELİ BULGUR PILAVI	YOĞURT	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU

Tablo 7*

ADIYAMAN ÖĞRETMENEVİ VE ASO MÜDÜRLÜĞÜ 2024 YILI HAZİRAN AYI İLKÖĞRETİM VE ORTAÖĞRETİM TAŞIMALI YEMEK LİSTESİ					
TARİH	GÜN	1. YEMEK	2. YEMEK	3.YEMEK	
3.06.2024	PAZARTESİ	ETLİ KURU FASÜLYE	ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	TATLI	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
4.06.2024	SALI	ETLİ NOHUTLU BULGUR PILAVI	MERCİMEK ÇORBASI	MEYVE	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
5.06.2024	ÇARŞAMBA	ZEYTİNYAĞLI TAZE FASÜLYE	ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
6.06.2024	PERŞEMBE	TAVUKLU PİRİNÇ PILAVI	CACIK	TATLI	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
7.06.2024	CUMA	ETLİ TÖRLÜ	ŞEHRİYELİ BULGUR PILAVI	YOĞURT	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
10.06.2024	PAZARTESİ	ETLİ NOHUT SULUSU	ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	TATLI	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
11.06.2024	SALI	ETLİ KARIŞTIRMALI PILAV	MERCİMEK ÇORBASI	MEYVE	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
12.06.2024	ÇARŞAMBA	SEBZELİ TAVUK	ŞEHRİYELİ PİRİNÇ PILAVI	YOĞURT	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
13.06.2024	PERŞEMBE	ETLİ KURU FASÜLYE	ŞEHRİYELİ BULGUR PILAVI	MEYVE	POŞETLİ ROL EKMEK BARDAK SU
14.06.2024	CUMA	KUMANYA (KEK MEYVE SUYU)			

Tablo 8*

KAYNAKÇA

1. Dayanışma İnsanları, Köy Okulları Durum Raporu, 2024.
2. Akçay, E. (2023) Çocuklarda Sağlıklı Yeme İle İlgili Aile Desteğinin Sağlıklı Yeme Öz Yeterliliği Üzerine Etkisi, Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi, Tez Danışmanı: Doç. Dr. Dijle AYAR, Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.
3. Öztora S, Karaman M. Hastalıklardan korunmada beslenmenin yeri ve önemi. Tamer İ, Editör. Aile Hekimliğinde Her Yönüyle Beslenme. Ankara: Türkiye Klinikleri; 2021. 6-9.
4. Tamer İ, Erol R. Adölesanda beslenme. Tamer İ, Editör. Aile Hekimliğinde Her Yönüyle Beslenme. Ankara: Türkiye Klinikleri; 2021. 27-30.
5. TÜİK, Tüketici Fiyat Endeksi, Sayı: 49658

